



Fastenwoche mit Leichtigkeit und Humor

09. - 15. März 2025

exklusiv im wunderschönen Waldviertel
Bühnenwirthaus Juster – Gutenbrunn
mehr Infos und Anmeldung unter:



die sinne sensibilisieren
die balance wieder finden
sich öffnen für das wesentliche
sich vital und voller energie fühlen
das immunsystem stärken
die organe entlasten
gewicht reduzieren
den körper reinigen



Mag. Luise Leputsch

systemischer Coach | ärztlich geprüfte Fastenleiterin

luise.leputschzweiblick.at

www.zweiblick.at



Fastenwoche mit Leichtigkeit und Humor

Mit Achtsamkeit und viel Humor begegnen wir in dieser gemeinsamen Fastenwoche einander und vor allem uns selbst. Ganz nebenbei üben wir uns im Loslassen, Auslassen und Freilassen auf allen Ebenen: Körper, Geist und Seele können wieder in Balance schwingen.

Den Alltag hinter sich lassen, Abstand gewinnen und den Fokus für Wesentliches schärfen: Ballast abwerfen, neue Kraft tanken und das Leben mit einem humorvollen, gestärkten Blick neu betrachten.

Das Bühnenwirthaus Juster im südlichen Waldviertel gibt uns den idealen Rahmen und lässt uns in dieser Woche idyllische Plätze für unsere Auszeit finden.

Das Angebot umfasst neben der achtsamen Begleitung beim Fasten nach Dr. Buchinger (= Saft- und Suppenfasten) auch viele Möglichkeiten für Bewegung, Entspannung und Körperbalance unter der professionellen Anleitung einer ärztlich geprüften Fastenleiterin.

Mag. Luise Leputsch
systemischer Coach | ärztlich geprüfte Fastenleiterin
luise.leputsch@zweitblick.at
www.zweitblick.at